

食の記憶の社会的背景

自伝的記憶にみる食事場面の状況分析と対人的要因

飯 塚 由 美

(保育学科)

Social Facets for the Autobiographical Memories of Eating and Eating Situations
and Interpersonal Factors ()

Yumi IITSUKA

キーワード：食行動 Eating behavior 自伝的記憶 autobiographical memories
社会的状況 social situation 対人関係性 interpersonal relationships

1. はじめに

食行動は、食べ物(食事)を摂取した状況や他者との関係性など、いわゆる社会的状況によって左右されることがある。本稿では、特に、社会的状況のテキスト分析に焦点を当て、日常の食事を誰と食べるか、どんな状況で食べるかなど、自由再生された食事場面の記憶における社会的要因から検討する。具体的には、現在、研究成果の少ない領域である自伝的記憶から、食事場面に内在する社会的状況や諸要因を整理し、社会的・対人的要因の働きをみていく。

「食事」は、社会的な場として、その機能性について、個人や家族、地域の良好な関係を取り持つものとして期待されている。また、最近の、食の安全性への不安や食そのものへの関心の過剰な高さは、人々の心理や行動に変化をもたらす社会問題となっている。これまで自明であった食への信頼や、根底にある人と人との信頼感の揺らぎは、漠然とした社会や外界への不安さえも生み出している。今、食の大切さの再確認とこれまで軽視されてきた社会的機能の見直し、食本来の力やコア部分が問い込まれている。

制度的にも、食に関して変化があった(平成17年、食育基本法の制定)。家族との生活や家族関係や、食事を介した人と人とのあたたかな交流の確認と再構成のために、地域、家庭、教育現場での食育実践も平行し開始された。しかし、様々な方法論の模索と食育活動が展開されているが、まだ効果的な成果を生み出すには至っていない。

近年、食行動は心理学の分野でも重要なテーマとなってきた。しかし、その心理過程および行動の分析のうち、食と社会的文脈(および対人関係の質等)に関する研究が特に少ない。現在は、蓄積される国内外の関連研究の焦点は、摂食障害などネガティブな食の側面をとらえた場面が多く、人の問題行動についての臨床研究が多く見受けられる。本研究の視点は、食のよりポジティブな側面、人と人とを結びつける基盤として、共食や食を介して社会的資源を交換する人間行動の重要な一側面をとらえる。

食べる行為(食行動)は、日常の食事の文脈の中で、互いの社会的なつながりや関係性を形成する機会を与えてくれる。また、互いの結びつきの程度や関係

性をより一層強固なものにしていくプロセスを持っている。こどもの朝食の欠食は、単なる食事の欠如や栄養の不足を意味するものではない。実際、そのこどもが食事をとる環境、食事を提供してくれる他者の存在、家族関係、親子関係等が影響し、結果として欠食となる。食行動は、人と人が関わる相互作用を基本とした社会的な行動うち、多くの生活時間を費やし(接触頻度と時間)、人生の連続する関係(日常化、常態化)をとらえる有効な一つの分析視点と考えてもよい。日々の食事(家族団欒)、親戚との会食、友人との食事、パーティ、近隣の人との会合や茶話会、大学のコンパ、企業の接待等を例にしても、人と人との結びつき(社会的なつながり)を強める手段として(凝集性の高まり)、また、将来的に、周囲の人と円滑にやっていくための構築手段として、食べる行為を活用している。この点で食事場面は、極めて「社会的場」なのである。

食べ物のおいしさは、食する素材や調理法にかなり影響を受けるが、実際、同じ食材や調理法、味であっても、その日の体調、気分、食事相手、場のセッティングや状況によって評価が変動する。食行動のある部分では、従来確認された生理的な条件の他に、より社会的文脈を組み合わせ研究されるべきである。かつて、空腹状態の男女(実験協力者：大学生)が、異性のパートナー(サクラ)と共にある課題を遂行する実験(たとえば、Pliner & Chaiken, 1990)では、目の前の食べ物を自由に摂ることができる状況にありながら、実際に食べた量は、女性群だけ、その相手(実験パートナー)の魅力度が大きいと評定した場合に有意に少食であったという。食べ物への要求や生理的な状態を超えて、別の何らかの状況要因や社会的文脈が作用する可能性を示している。また、幼児を対象にした実験では、その嗜好が食事の与えられる文脈(社会的・情緒的)に依存し、親しい大人との短い社会的相互作用でさえ、強まるとの報告がある(たとえば、Birch, L.L. et al., 1980)。

関係の質である「親密さ」や「家族」に関する先行研究(飯塚, 2001)では、食事と社会的関係性の関連を継続的に調査し、食に関する対人的・状況要因として、家族との食事、友人との食事、パーティや宴会で

の食事、一人で食事する(孤食)等、種々の社会的文脈の中での評価を行った。特に、おいしさと満足の評定では、パーティでの食事場面が他の状況と比較し有意に高く評価され、また、家族との食事では、おいしい、リラックスする食事の項目で、他の場面より有意に高い報告がなされた。さらに、たのしい食事では、友人、大勢の人と食事する場面の報告が多い(逆に、初対面では緊張する)。これらの結果は、摂食時に誰とともに食事し、その人とは、どういう関係なのかなど、対人的要因(親密さの程度、関係性の違い)やどのような流れ(経緯)で食事の場が設定されたかといった状況的要因(文脈)が食事の評価に影響すると予想される。

2. 自伝的記憶について

自伝的記憶(autobiographical memories)は、記憶の分野でも比較的新しい研究領域であり、『日常記憶』の領域の一つとされる。

Tulving(1972)は、自分自身の日常の生活の事象を生起した時間や場所の情報によって検索する記憶を宣言的記憶の部分であるエピソード記憶とし、文脈を利用した意識的想起であり、過去の経験や状態を自由に再訪問できる心的な時間旅行(mental time travel)とした。

自伝的記憶は、エピソード記憶のなかでも、自己の意識と関連が深いとされ、Conwayらは、概念的な自己の一部であると考えている(Conway, 2005)。

また、自己と記憶の相関性を強調する概念的な枠組みであり、この自伝的記憶的知識(autobiographical memory knowledge)とワーキングセルフ(working self)を主要な構成要素とする、自己記憶システム(SMS)モデル(Conway & Pleydell-Pearce, 2000; Conway, 2005)を提出した。これらの要素とその相互性が再生の行為に連動するとき、特定の自伝的記憶が形成されるという。そこにみられる生活ストーリーは個々の人たちについて一般的な事実の、そして評価的な認識を含んでいる。

最近では、しばしば自伝的記憶の再生においても見受けられるが、人々が特定の出来事に対し誤った記憶を構成し、このような記憶がそれらを展開する

人たちに重大な結果をもたらす可能性を示唆する研究がある。誤った記憶(false memory)や虚偽のブリーフ(false belief)研究の進展である。

たとえば、Bernsteinら(2005)は、336の協力者の成人に対し、「子供の時に、固ゆで卵、あるいは、ディル・ピクルスを食べた後に病気になっていた」と呈示して信じ込ませ、その後、どれほどその食べ物について回避したかを調べるユニークな2つの実験を行っている。その中で、人々に誤ったある特定の食物に対するネガティブな幼年時代の経験を持っていたと信じるように仕向けられることができること、さらに、この誤ったブリーフは現在の成人期での食物の回避を導くことを示した。

同じく、Laneyら(2008)は、368名の学生を協力者に、アスパラガスを材料にした実験で、子どものころにポジティブあるいはネガティブな食物関連の経験を持っていたという誤った信念を形成させ、後の食べ物の選択に影響を及ぼす可能性を示した(たとえば、ポジティブ条件では、レストランで好んで食べるなど好ましい感情とともに、材料に対するポジティブな行動が継続した)。

一連の研究から、食べ物に関連する過去の情報(誤りであっても)を示し、他者が働きかけをすることで、記憶を追加し、現在の食物の好みや回避行動を新たに形成することができるようだ。

3. 社会的状況としての食事場面

まず、状況(situation)を社会心理学的に整理し、補足しておこう。従来、状況分析では、状況を個々の観察者とは独立に設定する客観的特性によって研究するか、個人の認知様式を反映する主観的意味を通して研究するか、その方向性を予め認識し決定する必要があるとされる。また、状況をとらえるための系統立てた概念化の努力も要求されている。どのような過程を経て、いかに状況が個人にとって主観的意味をもつようになるのか。それを理解するには、客観的実態としての状況の概念化に関するいくつかの諸問題を考慮する必要があるようだ(Krahe B., 1992)。

Baumeisterら(Baumeister, R.F. & Tice, D.M.

1985)は、過去の専門雑誌に取り上げられる研究トピックスの分析から、状況属性を51個の独立した変数カテゴリーに分類・整理し、刺激環境(物理・社会的)、被験者の特徴、被験者の認知的・情動的ダイナミックス、関係の背景(relationship background)、可能性のマトリックスの5つの次元に集約して、系統的説明を試みている。

これらの区分は、これまでの社会心理学領域の研究の対象となった状況についての分析結果であること、そのために、これまでの研究者の関心や偏向が影響し得ること、また、実際のあらゆる事象を正確にとらえたものではないことに留意が必要であるが、食事場面の状況をこの区分をもとに整理してみる。

1) 刺激環境(物理的・社会的な食事環境)

時間や空間を含む物理的セッティング、状況内の他者との関係、他者の特徴、モダリティ、食事タイプ、その他の雑多な刺激特性。

2) 被験者の特徴

被験者パーソナリティと傾向、食の価値観・態度、し好性、体調、先行経験等。

3) 被験者の認知的・情動的ダイナミックス

引き起こされた感情、覚醒、ムード、あるいは、不安や心配。認知的セット、ラベリング。注意方向や注意の焦点。自己への注意、自己の情報。状況からの要求の強度等。

4) 関係の背景

食事状況に含まれる人々のさまざまな関係性、知覚された他者の動機、態度、意図、他者についての認識の量、友好や敵意。親密性、類似性、被験者に影響を与える試み。

5) 可能性のマトリックス

選択肢の範囲、被験者の選択あるいはコントロール、過去の出来事に対する責任、将来の相互作用への期待、力関係(依存、脆弱性、相対的な地位)、関係の様相に関すること。

次に食事場面に含まれる状況と对人的要因のテキスト分析を試みよう。

4. テキストマイニングによる食事場面の再分析

(1) 4つの食事場面のテキスト分析

いつ、どこで、だれと、何を、どのようにといった教示に従った意見項目収集(女子短大生：ブレンストーミング)の結果(飯塚, 2000)を再分析した。

項目は、4つの食事場面(おいしかった食事場面、リラックスした食事場面、楽しかった食事場面、満足した食事場面)について収集された(計162項目、調査協力者は、短大生：食物科5名、女性)。含まれる主要語句のうち、名詞句の頻度の上位は、順に、「みんな」「食事」「友達」「家」「夏」「母」「自分」「部活」「小学校」「家族」等であり(Fig.1)、形容詞句は、「好きな」「すごい」「おいしい」「高い」「甘い」などである(Fig.2)。名詞句の多くは、食事の相手など人を示すために使われ、その他は、食事場所、季節を表現する際に利用される。4つの場面別では、「母」は、しばしばおいしい食事場面で見受けられ、「友達」は、いずれの食事場面でも同様に使用されている。「自分」については、おいしい食事場面との関連で、自分の作ったもの、自分の好きなものという係り受けで多く使用される。

また、形容詞句の「好きな」については、「自分の好物」「みんなの好きなもの」「昔から好きだったもの」「好きな人と一緒に食べる」といった係り受けで示され、特に4つの食事場面のうち、おいしい食事場面で多く見受けられる。「すごい」は、4つの場面のいずれかに特定されず、表現の程度を強めるために使用されている。「高い」については、意見項目数としては少ないものの、「いつもより高いものを食べた」や、普段、高いものを安い価格で食べることができた際の表現と結びつき、4つの場面のうち、「満足した食事場面」に見受けられる。また、「高そうな店で、音楽を聴きながら食べる」といった係り受けもあり、ゆったりとした普段と異なる、上質の食事環境と関連する場合もある。ただし、おいしい食事場面では、「高い」の形容詞句は見られない。

なお、4つの食事場面(属性)と形容詞句とのコレスポンデンス分析の結果は、Fig.3に示した。おいしかった食事場面には、「好き」が、リラックスした場面では、「ゆったりとする」が、また、満足した食事場面

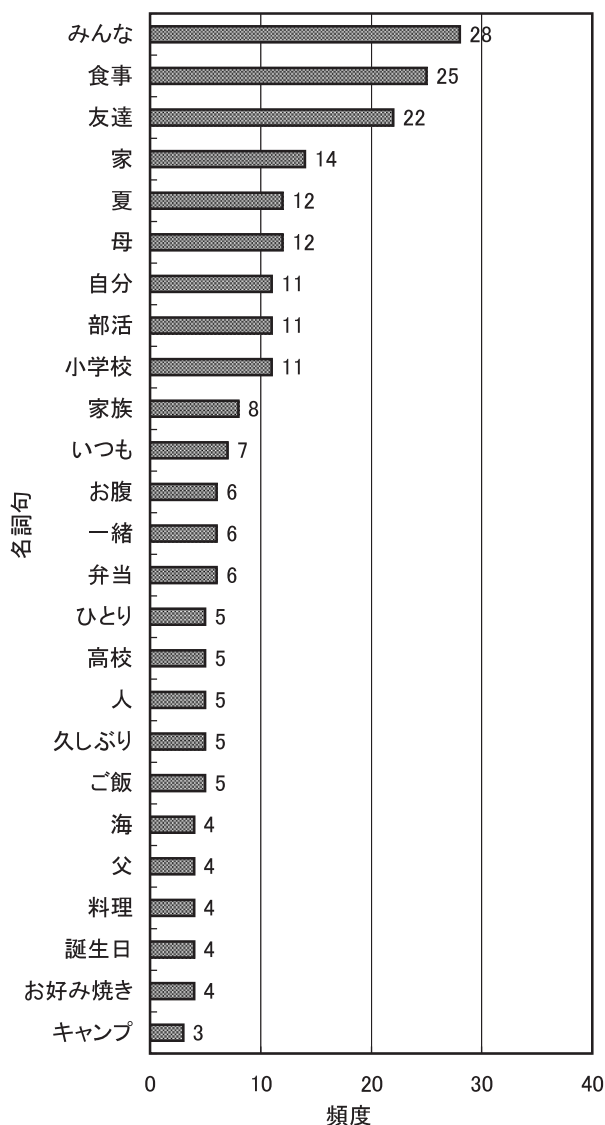


Fig.1 4つの食事場面の名詞句 (25位まで)

では「おいしい」の語句が近くにある。

(2) 印象に残る食事場面の記憶(飯塚・松川, 2002, 2008)のテキスト分析

同様に、いつ、どこで、だれと、何を、どのようにといった教示に従って、これまで一番印象に残った食事場면을想起し、自由回答したテキスト(無記名。教

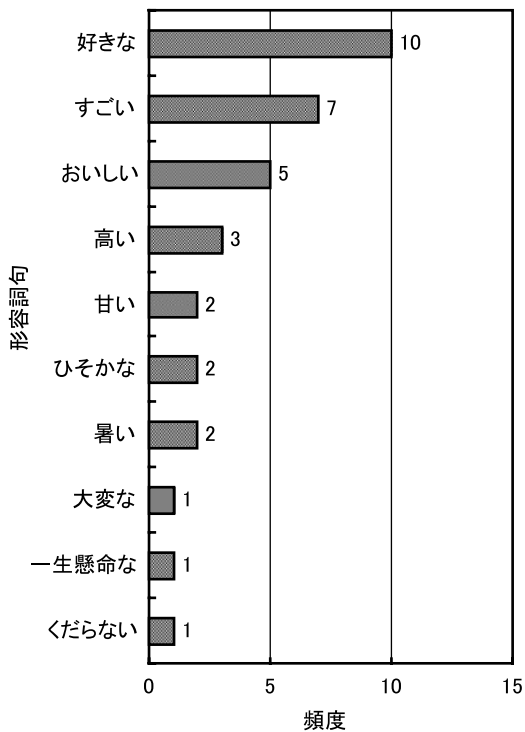


Fig.2 4つの食事場面の形容詞句（上位10まで）

養課程の大学生86名。性別内訳：女性 48.8%、男性 51.2%）を取り上げる。

主要語句のうち、名詞句の頻度の上位は、順に、「食事」「家」「みんな」「母」「家族」「料理」「友達」「話」「父」「自分」「一緒」などであり (Fig.4)、形容詞句は、「おいしい」「楽しい」「よい」「すごい」「嫌いな」「近い」「強い」「にぎやかな」「好きな」などである (Fig.5)。

食事の形態別 (共食等)、たとえば、食事の相手などの関係性を属性とし、形容詞句とのコレスポネンス分析を行った結果は、Fig.6に示した。

5. まとめ

それぞれの食事場面に使用される語句表現は、その含まれる状況や文脈によって異なり、ある特徴的な傾向を各々示す可能性がある。

印象に残る食事場面の想起で、ポジティブなイメージ評価の自由記述に共通するのは、友人や仲間など多数の人とともに食事する状況や同席者同士の会話

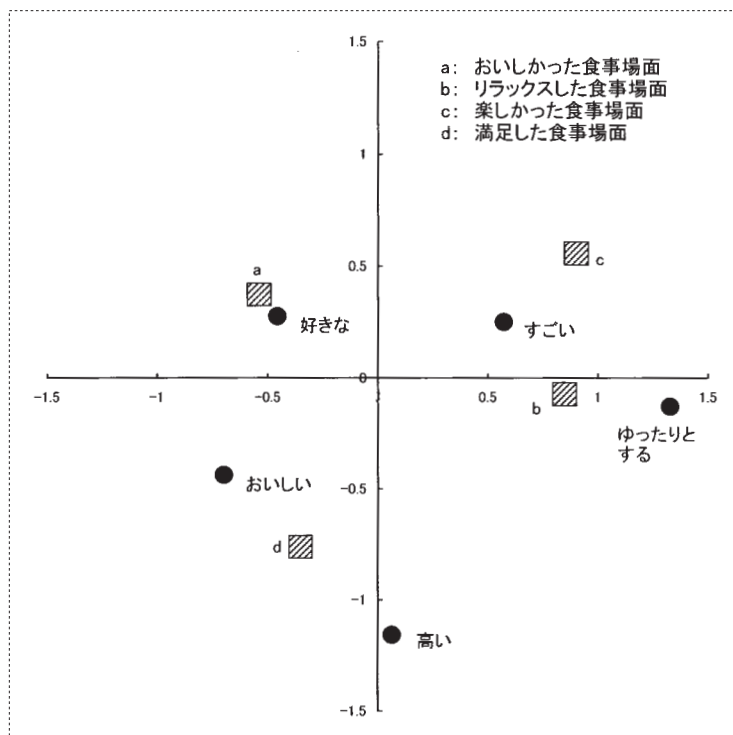


Fig.3 4つの食事場面のコレスポネンス分析

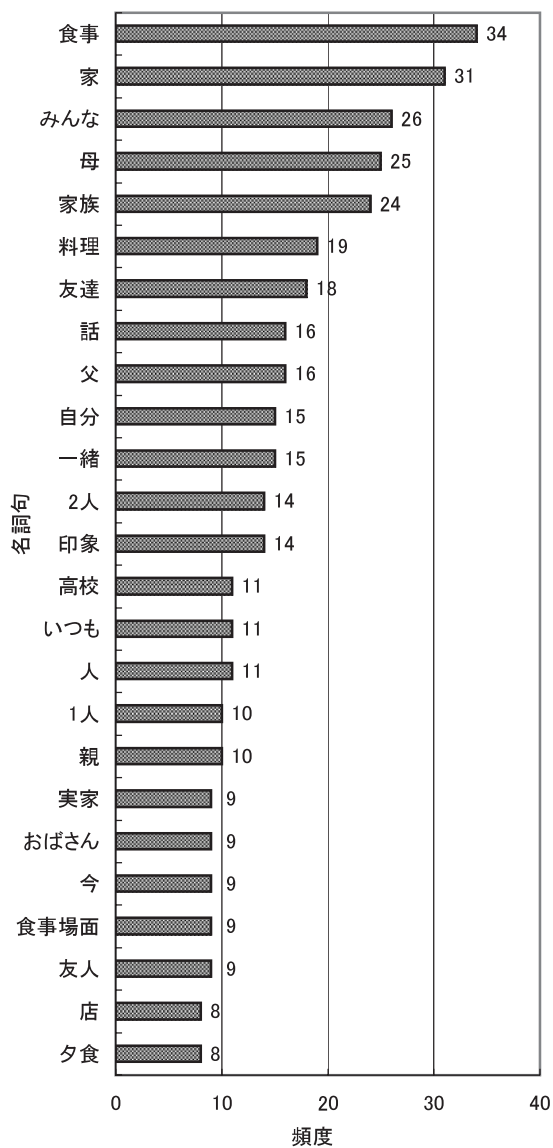


Fig.4 印象に残る食事場面の名詞句 (25位まで)

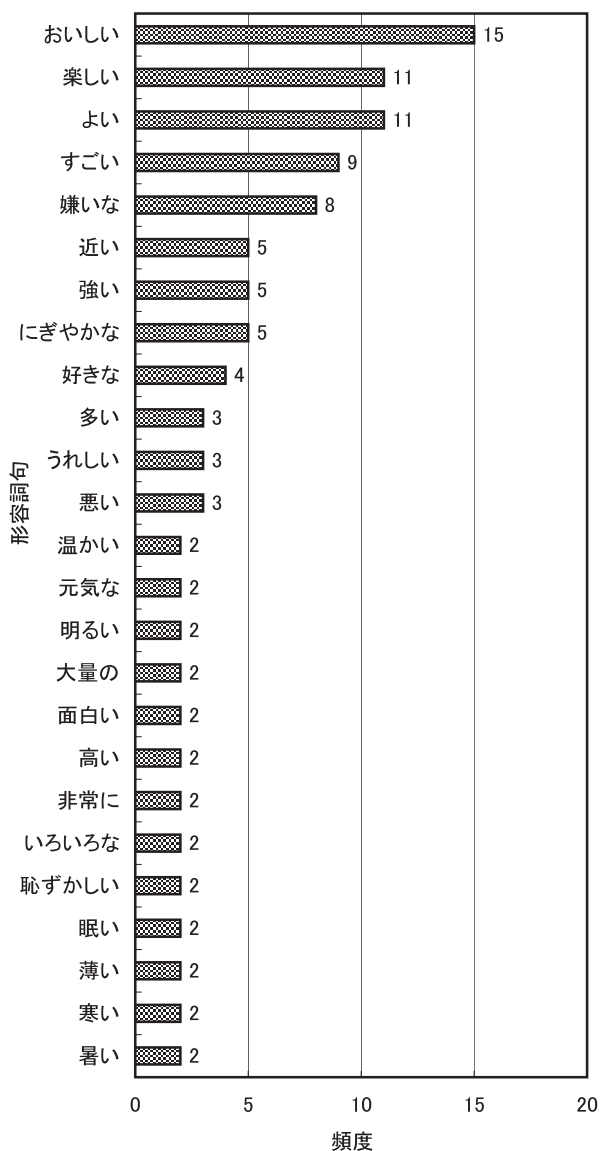


Fig.5 印象に残る食事場面の形容詞句 (25位まで)

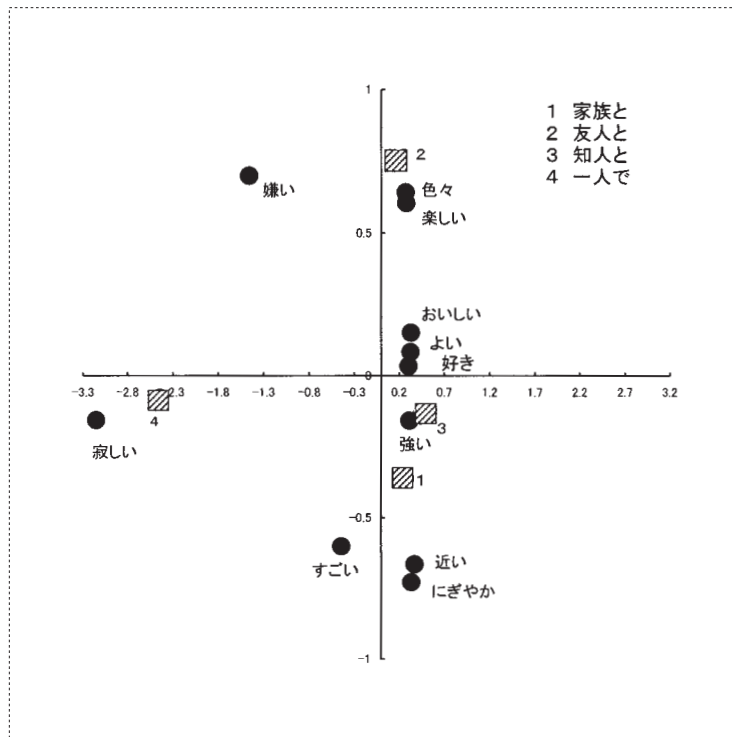


Fig.6 印象に残る食事場面（形容詞句）と食事相手のコレスポネンダ分析

や食事中の話の弾んだ様子を含むものが多い。また、摂取した食べ物の味や匂い、食べ物のテクスチャー等からネガティブな結果(例、嘔吐)を引き起こし、以後、感覚的、感情的にその食材を嫌うきっかけとなった場面がいくつかあげられていた。いずれも食事場面における周囲との関わり、社会的文脈の記述とともに再生されており(飯塚・松川, 2008)、今後も場面に使用される用語(テキスト)の分析の有効性と随伴する感情や社会的要因の分析を進めていきたい。

最近になって、LindsayとRead(2006)の日記を用いた詳細な研究で、参加者が、日記に書かれた多くの出来事に記憶がないと報告し、重要な出来事でさえも全く覚えていない例が報告されている。つまり、過去にある出来事を一度経験したというだけで後々までずっと長期的に覚えていることは少なく、経験した後で何度も思い出し(再構成)、他者に話したり、同じような場面にまた遭遇して、その傾向を強めたりすると予想されている。自伝的記憶は、現在の自分(想起時の自己の状態や周囲の状況、想起の仕

方等に影響される)が、思い出すという文脈の中で、以前の場面をそのままなく、その時に再構成しているものと考えられている。この自伝的記憶の中で報告される状況は、過去の事実と異なっている、彼らにとって現在も覚えているという点では極めて重要であり、何らかの枠組みでもって選択された主観的な状況である。この記憶にみられる物理的、社会的、対人関係の状況の分析は、食事場面も含めて個々人の特性をとらえるのにも有効ではないだろうか。

研究の展望としては、これら第一段階の成果をまとめ、今後、実験やフィールドでの調査を継続して実施、より効果的な人作りのための「食による教育」を検証しながら、広く地域・家庭での教育に向けての有効な情報提供の基盤としたい。

謝辞

大学生を対象とした調査(2002)の実施にあたって、松川順子先生(金沢大学)に多大なるご協力をいただきました。データの使用も含めて、ここに謝意を表

飯塚します。また、調査にご協力いただきました方々に心よりお礼申し上げます。

引用文献

- Baumeister,R.F. Tice,D.M. 1985 Toward a Theory of Situational Structure. *Environment and Behavior*, Vol. 17, No. 2, 147-192.
- Bernstein, D.M., Laney, C., Morris, E.K., & Loftus, E.F. 2005 False memories about food can lead to food avoidance. *Social Cognition*, Vol. 23, No. 1, 11-34.
- Burr, V. 2002 *The person in social psychology*, Psychology Press. (堀田美保訳 社会心理学が描く人間の姿 ブレーン出版 2005)
- Conway, M.A. 2005 Memory and the self. *Journal of Memory and Language*, 53, 594-628.
- Conway, M.A., & Pleydell-Pearce,C.W. 2000 The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107(2), 261-288.
- Berntsen, D., & Rubin D.C. 2002 Emotionally charged autobiographical memories across the life span: the recall of happy, sad, traumatic, and involuntary memories. *Psychology and Aging* 17: 636-652.
- Birch,LL 1980 Effects of peer models' food choices and eating behaviors on preschoolers' food preferences. *Child Development*, 51, 489-496.
- Holmes, A. & Conway, M. A. 1999 Generation identity and the reminiscence bump: Memory for public and private Events, *Journal of Adult Development*, Vol. 6 (1), 21-34.
- 飯塚由美 2001 日本社会心理学会第42回大会発表論文集, 432-433.
- 飯塚由美 2006 おいしい食事とは何か 島根県立島根女子短期大学紀要, 第44号, 13-21.
- 飯塚由美・松川順子 2002 日本心理学会第41回大会発表論文集, 458-459
- 飯塚由美・松川順子 2008 食の記憶の社会的背景 - 印象に残る食事場面の記憶とイメージ評価 -, 島根県立大学短期大学部松江キャンパス研究紀要, 第46号, 35-44.
- 伊東裕司 2006 自己と記憶 太田信夫(編) 記憶の心理学 第9章 134-147 放送大学教育振興会
- Krahe,B. 1992 *Personality and social psychology: towards a synthesis*. Sage Publication. (堀毛一也編訳 社会的状況とパーソナリティ 北大路書房 1996)
- Laney,C.,BowmanFowler,N.,Nelson,K,J.,Bernstein, D.M., Loftus,E.F. 2008 The persistence of false belief. *Acta Psychologica*, 129.
- Piliner,P. & Chaiken,S. 1990 Eating, social motives, and self-presentation in women and men. *Journal of Experimental Social Psychology*, 26, 240-254.
- Rubin,D.C., & Berntsen,D 2003 Life scripts help to maintain autobiographical memories of highly positive, but not highly negative, event. *Memory & Cognition*, 31, 1-14.
- 高橋雅延 2006 記憶と自己 太田信夫(編) 記憶研究の最前線 11章 229-246 北大路書房
- Tulving, E. 1983 *Elements of episodic memory*. Oxford University Press.

(平成20年11月10日受稿,平成21年3月4日受理)